



□□□□

SCHÄFER, Detlef

□□□: 2:48:07

□□: Gaensefurther Sportbewegung

□□: 393

□□: 51.89 km

Olympisch (1,5/40/10 km)

□□□□□/□□□: 121 (of 233)

□□□□□/□: 110 (of 179)

□□□□□□: 2:04:10

□□□□:

SEN4 / TM 55

□□□□□: 5(of 10)

□□□□□□□: 2:23:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Schwimmen nett	1.50	35:26	23:37	7	6:43	132	14:50	1.50	35:26	23:37	7	6:43	132	14:50
Wechsel S -> R	0.26	3:24	13:04	6	1:46	101	1:59	1.76	38:50	22:03	7	8:29	129	16:01
Schwimmen □□□	1.76	38:50	22:03	7	8:29	129	16:01	1.76	38:50	22:03	7	8:29	129	16:01
Rad netto	40.00	1:19:44	1:59	7	10:50	142	18:31	41.76	1:58:34	2:50	6	19:19	137	31:57
Wechsel R -> L	0.13	1:37	12:26	6	0:43	95	0:54	41.89	2:00:11	2:52	6	20:02	136	32:51
Radfahren □□□	40.13	1:21:21	2:01	7	11:33	140	19:25	41.89	2:00:11	2:52	6	20:02	136	32:51
Lauf	10.00	47:56	4:47	2	4:07	64	11:24	51.89	2:48:07	3:14	5	24:09	110	43:57